

LIMA, SÁBADO 6 DE SETIEMBRE DE 2025 | @DiarioOjo | DiarioOjo | @diarioOjo | www.ojo.pe Precio: S/ 1.20 Vía aérea: S/1.50 | N°21501 | Director periodístico: Carlos Espinoza Olcay

ojo

S/ 1.20

NUEVO ATENTADO EN TRUJILLO DEJÓ 30 VIVIENDAS DESTRUIDAS Y 14 HERIDOS

ATACAN CASAS A BOMBAZOS

- **EXPLOSIÓN FUE EN INMUEBLE DE TRES PISOS** QUE SERÍA DE UNA FAMILIA DEDICADA A LA MINERÍA EN PATAZ
- **TRUJILLANOS ESTÁN HARTOS DE LA INSEGURIDAD** EN SU REGIÓN Y GRITAN "ACUÑA NUNCA MÁS"

IMPACTO

CÉSAR ACUÑA GOBERNADOR DE LA LIBERTAD

EVERET QUINTERO DETENIDO

LLUVIAS HASTA MAÑANA

También se registrará alta humedad en la capital

METROLIMA pág. 4

CHAU, IBÁÑEZ

Goleada ante Uruguay le costaría el puesto al técnico que no estaría para los amistosos

TRACK

Comediante Clara Seminara ofrece desayuno en su restaurante en España

RAYA CON PAN CON CHICHARRÓN

OJO SHOW

CAMBIO DE DÓLAR

CAMBIO DE EURO Compra: S/4.15 Venta: S/4.18

Vota por Miguel Arancibia Cueva DECANO 2026-2027



EDITORA GENERAL: SILVIA QUISPE RAMÍREZ

OPINAN LOS LECTORES

¿Cree que Martín Vizcarra será condenado a prisión al culminar el juicio en su contra por corrupción?

SÍ 36% NO 64%

Responde en www.ojo.pe

¿Cree que Betssy Chávez, procesada por el autogolpe de Pedro Castillo, puede trabajar como asesora en el Congreso?

X TWITTER

ALEJANDRO MUÑANTE
Congresista
@AlejoMunante

"La Procuraduría General de la República retiró del cargo a la abogada Silvana Carrión como procuradora ad hoc en el caso Lava Jato (Odebrecht), por pérdida de confianza. La decisión se produce tras serios cuestionamientos a su desempeño profesional".

LA CRUDA REALIDAD

NUEVO ATAQUE CON EXPLOSIVOS

Un nuevo atentado con explosivos se registró en la ciudad de Trujillo. La detonación de una potente carga destruyó una casa y 30 viviendas resultaron afectadas. Además, 14 personas resultaron heridas. La casa que fue objetivo del ataque pertenece a una familia dedicada a la minería en Pataz. Esta situación muestra una radiografía de los niveles de inseguridad y delincuencia que se viven en La Libertad. Cabe mencionar que esta región es considerada la más peligrosa del país por los altos niveles de criminalidad que se registran. Muchos años atrás se hablaba de extorsiones y crímenes en La Libertad, pero como no llegaban a Lima, no se le prestaba atención. Una vez que lo que pasaba en la región norteña se trasladó a la capital, saltaron las señales de alarma. Que no nos sorprenda, entonces, que pronto en Lima también se empiecen a registrar estos ataques a casas. Que las autoridades no esperen a que esto escale. Deben poner freno a la criminalidad, no basta con declarar estados de emergencia, que está demostrado que no tienen ningún efecto.

MINISTRO DESTACA REFORMA DE PENSIONES

GOBIERNO GARANTIZA PENSIÓN MÍNIMA DE 600 SOLES

"Aquellas personas que no tengan el saldo suficiente en sus cuentas para tener una pensión de al menos 600 soles, el Estado les asegurará que puedan recibir esa pensión mínima de 600 soles", explicó ayer el ministro de Economía, Raúl Pérez Reyes, al destacar la reforma de pensiones. Reiteró que el Gobierno está en contra de un nuevo retiro de fondos de las AFP. "De los casi 8.6 millones de afiliados al sistema privado de pensiones, casi 6,3 millones tienen menos de 5,000 soles en sus cuentas", alertó.

ROBERTO SÁNCHEZ SOLICITA CONTRATAR A "GOLPISTA"

Betssy de prisión a asesora en el Congreso

REDACCIÓN OJO
redaccion@prensmart.pe

La expremier Betssy Chávez Chino, aún internada en una clínica, podría ser contratada en el Congreso como asesora del legislador Roberto Sánchez, quien presentó la solicitud respectiva, pese a que Chávez es investigada por el autogolpe fallido que encabezó Pedro Castillo.

Según el requerimiento de Sánchez, la pide como asesora de nivel 8, cuyo sueldo es de 9 mil soles, en promedio. Horas antes, Roberto Sánchez visitó a Betssy Chávez en la clínica y dijo que estaría "encantadísimo" de tenerla como asesora.

El pedido fue presentado luego de que el Ministerio Público desestimara pedir la ampliación de la prisión preventiva contra Chávez Chino, quien recuperó su libertad por decisión del Tribunal Constitucional.

El fiscal Edward Casaverde dijo ante el juez Edhín Campos: "Es inviable discutir la prolongación de prisión preventiva cuando de por medio hay comparecencia con restricciones dictada por el juez contra la procesada".

La expresidenta del Consejo de Ministros es procesada por delito de rebelión junto al expresidente Pedro Castillo, juicio al que deberá seguir asistiendo ahora en libertad.

OJO AL DATO

César Delgado, exoficial mayor del Congreso, considera que Betssy Chávez sí puede trabajar en el Parlamento, porque solo está suspendida en el ejercicio de su función congresal.



▪ Roberto Sánchez y Betssy Chávez fueron ministros de Castillo.

RECHAZO. "En el Perú los ministros censurados por el Congreso vuelven a ser ministros y los que son vacados o sancionados por impulsar un golpe de Estado tienen trabajo nada más y nada menos que en el Congreso. ¿Alguien respeta al Congreso?", preguntó el analista político Juan Sheput.

FOTONOTICIA



VUELVE LA CALMA EN EL PARTIDO APRISTA PERUANO

El excongresista y expremier aprista, Javier Velázquez Quesquén, volvió a aparecer como militante activo en el registro del Jurado Nacional de Elecciones. También reapareció Pilar Nores, viuda del extinto expresidente Alan García y otros 11 mil militantes del partido de la estrella.

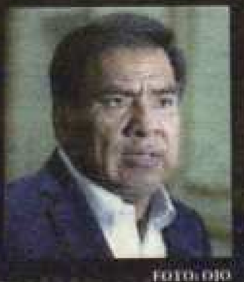


FOTO: OJO

Parlamento evalúa jalar a Juan Santiváñez



▪ Actual ministro de Justicia fue censurado cuando era titular del Interior.

La moción que propone invitar al ministro de Justicia y Derechos Humanos, Juan Santiváñez, para que informe sobre los cuestionamientos sobre su designación, está en manos del Congreso. Si es aprobado en el Pleno, Santiváñez tendrá que informar sobre su situación procesal, antecedentes y actual desempeño en el Ejecutivo.

OJOS&OÍDOS

GRAVE. Tras aprobarse en el Congreso con votos hasta de Renovación Popular la pensión de 3,300 soles para los maestros jubilados, el Sutep pide que la norma sea promulgada ya. ¿De dónde saldrá la plata para pagar esas pensiones?

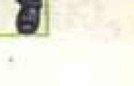
¿SALDRÁ?. La defensa legal de Daniel Urresti, quien cumple 12 años de prisión por el asesinato del periodista Hugo Bustíos en 1988 (Ayacucho), pidió que se anule su condena a través de la ley que restringe la figura de delitos de lesa humanidad. ¿Le harán caso?

HACKEO. El Ministerio del Interior informó que viene trabajando para dar con la ubicación y captura de los delincuentes que hackearon la base de datos de los servidores de la Dirección de Inteligencia. Lo que ha pasado, es una vergüenza.

PERDIERON. El expresidente Ollanta Humala seguirá y su esposa Nadine Heredia permanecerá asilada en Brasil tras rechazarse el pedido que ambos hicieron para que se suspenda la ejecución de la condena de 15 años de prisión por los aportes ilícitos del Partido Nacionalista.







NOCHE DE TERROR EN TRUJILLO POR OTRO ATENTADO QUE DEJÓ 14 HERIDOS Y MÁS DE 30 CASAS DAÑADAS

Vuelan casas con "maleta bomba"

REDACCIÓN OJO
redaccion@prensmart.pe



Atentado estaría relacionado con la minería ilegal en Pataz.

Una nueva noche de terror se vivió en Trujillo al registrarse el tercer atentado de gran magnitud con dinamita en lo que va del presente año en la ciudad norteña y que dejó al menos 14 personas heridas, más de 30 viviendas dañadas (dos completamente destruidas) y vehículos inservibles. Este ataque también estaría relacionado a la minería ilegal del oro.

Ocurrió a las 10:49 de la noche del último jueves, cuando un sospechoso llegó en un vehículo hasta la cuadra 7 de la calle Lizarzaburu de la urbanización Las Quintanas. Según una cámara de seguridad, el sujeto empuja una maleta hasta el frontis de un predio de tres niveles. Luego enciende una mecha y se retira corriendo.

Segundos después, la maleta explota y destruye la fachada de la vivienda que sería propiedad de la familia Sánchez Iparraguirre, dedicada a la minería en Pataz, según la Policía.



Cámara grabó cuando dejaban la carga explosiva.

Las ondas expansivas también afectaron a las casas y negocios colindantes, que terminaron con puertas y vidrios destrozados. Los vecinos vivieron momentos de terror y la explosión se escuchó en toda la ciudad, incluso en distritos lejanos como Moche, Huanchaco y Salaverry.

Los heridos presentaban cortes y contusiones. Además, algunas personas, principalmente niños y mujeres, sufrieron ataques de pánico y ansiedad. Solo uno fue llevado al Hospital Regional Docente.

DETENIDOS. Vecinos y serenos de Trujillo capturaron a dos sospechosos que escapaban corriendo, Nilton Isaías Ravello Ramos (19) y el venezolano Everet Emilio Quintero Monasteridos (32). Además, les incautaron una motocicleta. El extranjero confesó a la Policía que le iban a pagar 200 soles por trasladar a Ravello Ramos, quien sería la persona que dejó la carga explosiva.

Asimismo, agentes del Divincri Trujillo capturaron a Fabrizio Manuel Leiton Gutiérrez (22), "Pelado", quien habría contratado a los dos mencionados. Este último fue atrapado en una vivienda de la urbanización Los Altos de Valle Sol, en Moche.

Serían miembros de la banda "Los cachacos del padrino", una facción operativa de la organización criminal "Los pulpos".

HIPÓTESIS. El general Guillermo Llerena Portal, jefe de la Región Policial La Libertad, dijo que los dueños del predio no estaban en la casa durante la explosión y confirmó que son los Sánchez Iparraguirre y que se dedican a la minería en Pataz, por lo que esta sería la causa del ataque.





Uno admitió su participación en el hecho criminal.

ojo al dato

El fiscal Shano Cuizano inició las investigaciones y detalló que Fabrizzio Leiton también es objeto de una pesquisa por tenencia de explosivos.

2 ATENTADOS más de gran magnitud se han registrado este año en Trujillo: 20 de enero y 14 de agosto.



LO RESPONSABILIZAN DE OLA CRIMINAL

"¡ACUÑA NUNCA MÁS!", GRITAN LOS VECINOS TRUJILLANOS

"¡Acuña nunca más! Acuña nunca más!", coreó a viva voz un grupo de pobladores de Trujillo que se concentró en la calle Lizarzaburu, frente las casas dañadas por la explosión la noche del jueves. Arremetieron así contra el gobernador regional César Acuña, a quien consideran como uno de los responsables de la ola criminal que sigue creciendo en la ciudad, pese al estado de emergencia dictado por el Gobierno Central. Sin embargo, la autoridad aludida afirmó en conferencia de prensa que "la seguridad no es responsabilidad de nosotros, constitucionalmente", y afirmó que corresponde al Ejecutivo definir las estrategias y políticas para revertir el clima de violencia en Trujillo. Horas antes, a través de un comunicado pidió que Trujillo quede bajo control de las Fuerzas Armadas y se declare "estado de sitio" en su región.

IBAI LLANOS PRUEBA COMIDA PERUANA. El furor que ha causado el "Mundial de desayunos" ha llevado a su organizador, el streamer Ibai Llanos, a probar comida peruana. Fue al restaurante Yakumanka, de Gastón Acurio, en Barcelona, España y probó cebiche, lomo saltado, entre otros.



▪ Ceremonia fue en la Bolsa de Valores de Lima.

CAMPAÑA SERÁ EL 12 Y 13 DE SEPTIEMBRE

Teletón arrancó con el tradicional campanazo

Ayer se dio el inicio oficial a la Teletón 2025 con el tradicional "Campanazo". La ministra de la Mujer y Poblaciones Vulnerables, Ana Peña Cardona, acompañada del padre Isidro Vásquez, el gerente general de fundación Teletón, Sergio León y Rafael Carranza, presidente del directorio de la Bolsa de Valores de Lima, participaron de la tradicional ceremonia. Los días 12 y 13 de septiembre se desarrollará la campaña central. Este año se busca recaudar 8 millones 54 mil 927 soles, para continuar con la atención de niños en situación de pobreza que requieren rehabilitación física o intelectual.

Hay 11 distritos censados en su totalidad



▪ Gaspar Morán Flores, jefe del Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI).

El Instituto Nacional de Estadística e Informática informó que 11 distritos culminaron su empadronamiento. Estos son Churuja, Milpuc y Totora (Amazonas); Aco, Musga, Cajamarquilla y Santiago de Chilcas (Áncash); Masma Chicche (Junín); Curibaya y Estique (Tacna); y San Buenaventura en Canta (Lima).

FENÓMENO SE PROLONGARÁ HASTA MAÑANA

Llovizna y alta humedad en Lima

↗ REDACCIÓN OJO
redaccion@prensmart.pe

Lima amaneció ayer con una intensa sensación de frío, altos niveles de humedad y una copiosas lloviznas en varios distritos de la capital. Al respecto, el Servicio Nacional de Meteorología e Hidrología del Perú (Senamhi) informó que esto se debe a la formación, al sur de Lima, de un vórtice costero de niveles bajos.

"Distritos de Lima Norte y Lima Centro vienen reportando lloviznas ligeras. Esta condición del tiempo está asociado a la presencia de un vórtice costero de niveles bajos formado frente a la costa sur del departamento de Lima", informó ayer el organismo en su cuenta oficial de X (antes Twitter).

El Senamhi también explicó que estas condiciones climáticas son propias del invierno en el que nos encontramos.

MÁS FRÍO. Además, el Senamhi advirtió sobre la llegada del vigesimoprimer friaje del año, fenómeno que golpea varias regiones del país desde ayer viernes, y se mantendrá hasta mañana domingo. Se prevé temperaturas de 20 °C a 28 °C en la selva, y la temperatura nocturna alcanzará bajará a 14 °C.

Las zonas afectadas por el friaje serán golpeadas por intensas precipitaciones, persistente cobertura nubosa y ráfagas de viento cercanas a los 50 kilómetros por hora.

Según el Senamhi, la masa de aire frío ingresó por la selva sur en la madrugada del viernes y se desplazará hacia la selva central y norte.

"Durante este evento, se prevén precipitaciones de moderada a fuerte intensidad, acompañadas de descargas eléctricas, ráfagas de viento cercanas a 50 km/h y una persistente cobertura nubosa durante gran parte del día", agregó.



▪ El frío en la capital obligó a ponerse chalinas y gorras.

ojo al dato

Varios distritos de Lima Metropolitana amanecieron con una persistente llovizna que se prolongó durante las primeras horas del día.

AL GRANO



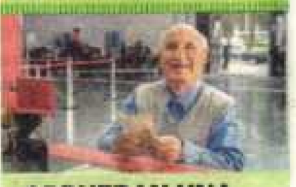
PACIENTE DE ESSALUD CUMPLE 102 AÑOS

Ernestina Díaz es la paciente más longeva del Centro Nacional de Salud Renal de EsSalud. Cumplió 102 años y sus familaires y el personal de EsSalud le cantaron el "Feliz cumpleaños". Ella recibe tratamiento de diálisis tres veces por semana y está en perfectas condiciones.



INDECOPI ALERTA SOBRE ESMALTES DE UÑAS

El Indecopi advirtió que algunos esmaltes y geles semipermanentes para uñas podrían contener los químicos TPO (óxido de difenil(2,4,6-trimetilbenzoil) fosfina) y el DMTA (dimetil-p-toluidina), sustancias que pueden causar cáncer.



APRUEBAN UNA PENSIÓN JUSTA PARA MAESTROS

El Pleno del Congreso aprobó en segunda votación una pensión justa para maestros jubilados y cesantes del Perú. La norma equipara la pensión a la RIM de la primera escala magisterial. Se espera que el Ejecutivo la promulgue.

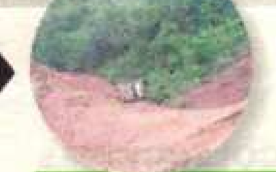


FILTRARON INFORMACIÓN SOBRE PROTECCIÓN A DINA BOLUARTE

HACKEAN BASE DE DATOS DE LA DIRECCIÓN DE INTELIGENCIA DE LA POLICÍA

Hackers identificados como integrantes del grupo Deface Perú, tomaron el control de la Dirección de Inteligencia (Dirin) de la Policía Nacional del Perú y expusieron las acciones de protección que realizaron los agentes a favor de la presidenta Dina Boluarte y expresidentes como Pedro Castillo, Francisco Sagasti, Martín Vizcarra y Pedro Pablo Kuczynski (PPK). Según información que reveló el portal La Encerrona, los agentes de Inteligencia también aplicaban un reglaje y reporte a periodistas, fiscales y jueces involucrados en investigaciones y casos emblemáticos. La información fue revelada a través de la aplicación de mensajería instantánea Telegram.





DERRUMBE SEPULTA A TRABAJADORES. El derrumbe de un cerro dejó ayer varias personas sepultadas cuando trabajaban en una cantera extrayendo material de construcción, en el distrito de Cohechán, provincia de Luya, Amazonas.

▪ Se grababa con arma robada a un policía.

SICARIO DE "LOS INJERTOS DEL CONO SUR"

Pistolero "Dominic" fue atrapado en hostal

En una habitación de un hostal de Villa El Salvador, fue capturado Eric Sebastián Alquila Quispe, "Dominic", de 24 años, sindicado de ser el sicario de una banda criminal y que se filmaba haciendo alarde de una pistola robada a un efectivo policial. Según las autoridades, era el brazo armado de "Los Injertos del Cono Sur". Detectives antirrobos lo redujeron sin darle tiempo a usar la pistola que tenía sobre la cama. En su celular se halló tres videos, en dos de ellos mostrando una pistola y mandando saludos a los miembros de la banda mencionada.

"Bebe" se acercaba a bus con una pistola

▪ Fue atrapado por agentes de Inteligencia y de Los Halcones.

Cuando se acercaba de manera sospechosa con una pistola a un bus de pasajeros, fue capturado el venezolano Kevin Rafael Pérez Domínguez (32) "Bebe", líder de "Los Kukis de Infantas", en la urbanización Huertos Azules, en San Martín de Porres.

SICARIO HIZO EJERCICIOS MIENTRAS LO ESPERABA

Matan a obrero de 28 balazos

REDACCIÓN OJO
redaccion@prensmart.pe

A la vuelta de su casa, de la que acababa de salir para ir a trabajar, Elton Joel Hirata Joya, de 27 años, fue asesinado la mañana de ayer de 28 balazos por un sicario que lo esperó cerca de ocho minutos, en Chorrillos.

Al ver a su verdugo, la víctima empezó a correr a toda velocidad, pero no pudo escapar. El pistolero, que hizo estiramientos, movió brazos y piernas para calentar el cuerpo en la fría mañana, fue más rápido, lo alcanzó y acribilló sin piedad.

Una camara grabó cuando llegó el pistolero a pie a la avenida Buenos Aires de Villa, urbanización del mismo nombre. Allí se amarró los pasadores de las zapatillas, hizo ejercicios, tocó la punta de sus pies con las manos y se apoyó en una pared para hacer más estiramientos. Después se sentó en las escaleras de una casa, en el cruce con la calle Lambayeque. Eran las 6:37 de la mañana.

Ocho minutos después, Elton Hirata llegó a la esquina y, al verlo, corrió en sentido contrario. Su verdugo fue tras él y cuadra y media más adelante lo asesinó. Hirata murió en el lugar de varios disparos en el rostro.



▪ La víctima corrió para escapar pero fue alcanzado.

ojo al dato

El asesino huyó en una moto y habría contado con la ayuda de otros cómplices.

ELTON HIRATA
VÍCTIMA MORTAL

AMENAZAS. La familia de la víctima dijo que había salido a trabajar como obrero en la construcción de la prolongación de los carriles del Metropolitano y señalaron que también estudiaba Administración y jugaba futbol. Según la Policía, tenía antecedentes y el móvil sería un ajuste de cuentas dada por un extorsionador desde un penal. "Cinco días antes le enviaron un papelito que decía 'te van a dar vuelta'", dijo un agente.



SU CÓMPLICE LOGRÓ DARSE A LA FUGA

LADRÓN MUERE BALEADO EN PERSECUCIÓN POLICIAL

En una persecución policial a balazos, murió un asaltante, al parecer venezolano, cuando fugaba en una miniván que en complicidad con otro sujeto robó a un distribuidor de golosinas para discotecas y tiendas de atención nocturna, en el distrito de Puente Piedra. Ante el llamado de la víctima, los efectivos del orden persiguieron a balazos a los ladrones que en su huida entraron a una calle angosta donde el chofer abandonó el vehículo y a su compinche, que murió en el asiento del copiloto. Los detectives trabajan en la identificación del fallecido y del sujeto que logró escapar.

AL GRANO



DISPARAN 14 VECES CONTRA MERCADO

Tras el partido Perú-Uruguay, pistoleros en moto dispararon 14 balazos contra la puerta del mercado José María Arguedas, en Pamplona Alta, San Juan de Miraflores. Nueve proyectiles cayeron en un puesto de comida para mascotas.



SERENOS CUIDAN A ESCOLARES Y PROFESORES

Serenos vienen patrullando los exteriores de las instituciones educativas de Sullana con el objetivo de salvaguardar la integridad de los alumnos, docentes y padres de familia. Asimismo, contribuyen a mantener el flujo vehicular.



INCAUTAN BARRA DE ORO QUE VALE DOS MILLONES

Una barra de oro de 5 kilos y medio, valorizada en dos millones de soles proveniente de la minería ilegal fue inmovilizada por la Fiscalía en Putina, Puno. Son investigados por este caso Juan Carlos Hanco y Efraín Nina y Miguel Ortega.

MOVILIZA CAZAS A BASE DE PUERTO RICO

Trump asusta a Maduro con aviones de combate

ESTADOS UNIDOS

↗ AGENCIAS OJO

Estados Unidos ordenó el despliegue de diez aviones de combate F-35 a una base aérea de Puerto Rico para luchar contra el narcotráfico en el Caribe, en medio de la escalada de la tensión con Venezuela.

Además, la orden del presidente Donald Trump se dio horas después de que el Departamento de Defensa denunció que dos cazas F-16 de Venezuela sobrevolaron el destructor USS Jason Dunham, que navegaba en aguas internacionales caribeñas.

Una fuente "familiarizada con los planes" confirmó que Trump enviará estos cazas a la isla caribeña con el fin de llevar a cabo operaciones contra carteles de la droga.

Siete buques de guerra y un submarino de propulsión nuclear estadounidense están en la región con más de 4 mil 500 marineros e infantes de marina.

AVISO. El congresista republicano Carlos Giménez afirmó que el despliegue de los diez aviones de combate es "una señal muy clara" al dictador venezolano Nicolás Maduro, a quien Estados Unidos considera cabecilla de un régimen narcoterrorista.

Mientras tanto, Trump firmó ayer un mandato ejecutivo, ordenando al Ministerio de Defensa que regrese al antiguo título del Departamento de Guerra, creado en 1789 y que con ese título dirigió al Ejército de Estados Unidos en las dos guerras mundiales.

ojo al dato

Al menos 267 mil venezolanos podrían ser expulsados de Estados Unidos desde noviembre al vencerse el estatus de protección temporal.

DETENIDOS Y ROBOS POR EUFORIA MUNDIALISTA

PARAGUAY

ASUNCIÓN. El festejo por la clasificación de Paraguay al Mundial 2026 tras el empate 0-0 ante Ecuador estuvo marcado por denuncias por robos. Ayer fue feriado nacional y horas antes, en el centro de Asunción se registraron decenas de robos de celulares y también de un auto. "Vinimos directo para festejar y compartir con la gente. Ahora quedó un sabor amargo", afirmó Hugo Quintana, propietario del vehículo. Unas 18 personas fueron detenidas, entre ellas un ecuatoriano en los exteriores del Estadio Defensores del Chaco.

VENEZUELA



POCOS MILICIANOS EN MOVILIZACIÓN

CARACAS. Ayer se esperaba al menos 8 millones de ciudadanos apoyando a Nicolás Maduro en las calles ante el despliegue militar estadounidense en aguas caribeñas; sin embargo no se apreció esa cantidad de milicianos.



RUSIA

PUTIN APUNTA CONTRA ALIADOS DE UCRANIA

MOSCÚ. El presidente Vladimir Putin advirtió que el ejército ruso atacará a cualquier fuerza occidental desplegada en Ucrania, un día después de que los aliados de Kiev se comprometieran a enviar tropas para hacer frente a Rusia.

MURIÓ PRIMA DE LA REINA ISABEL. La duquesa de Kent, esposa del duque de Kent, primo de la fallecida reina Isabel II y conocida porque en el pasado entregaba los premios del torneo de tenis de Wimbledon, falleció a los 92 años. El rey Carlos III y la reina Camila mostraron su pésame y recordaron el trabajo social de la duquesa.

MÉXICO



GORDITOS HACEN GASTAR MILLONADA

➡La obesidad y el sobrepeso afecta al 74,5 % de la población mexicana, es decir 3 de 4 personas son gorditas. Actualmente el gobierno destina 5,5 % del PBI para combatir esta enfermedad crónica y para el 2060 tendrá que gastar 10 % de su PBI, estima la empresa médica Lilly.

SUIZA



LEYENDAS DEL FÚTBOL CONTRA EL RACISMO

➡La Federación Internacional de Fútbol (FIFA) anunció ayer la composición de su Panel de Voz de Jugadores, un grupo de 16 integrantes que incluye a leyendas del fútbol masculino y femenino "comprometidas a poner fin al racismo". Iván Córdoba (Colombia) y Juan Pablo Sorín (Argentina) integran el grupo.

FOTOLOCA



ESTADOS UNIDOS

BRUCE WILLIS EN UNA CASA SOLO PARA ÉL

➡Bruce Willis, estrella de Duro de matar, goza de buena salud en general. "Solo su cerebro está fallando", contó su esposa Emma Heming, al confirmar que Bruce vive en una casa adaptada para sus necesidades, en Los Ángeles. Además, contó el desgarrador momento en que ella se enteró de que Bruce padecía demencia. "Tenía un hormigueo en el cuerpo. Me zumbaban los oídos y lo único que oí fue: 'Vuelva a consultarme y aquí tiene un folleto'", declaró. Emma ha recibido críticas por enviar a otra casa al actor de 70 años.

TURQUÍA



YATE DE LUJO SE HUNDE COMO EL TITANIC

➡Un yate de lujo, de un millón de dólares y recién salido del astillero, se hundió frente a la costa del mar Negro, en Turquía. La embarcación apenas resistió 15 minutos en el agua antes de acabar finalmente desapareciendo bajo las olas, haciendo recordar la tragedia del Titanic (1912). Los tripulantes del Dulce Vento (Dulce Viento), al sentir que la nave se hundía, tuvieron que lanzarse al mar y nadar hasta la orilla para salvar sus vidas.

ESTADOS UNIDOS



JOE BIDEN LUCHA CONTRA EL CÁNCER

➡El expresidente demócrata de Estados Unidos Joe Biden, de 82 años, se sometió recientemente a una intervención quirúrgica para extirparle células cancerosas de la piel.

ASÍ FUE

INGLATERRA



MANSIÓN FRENTE AL MAR CON SOLO 24 EUROS

➡Un profesor de física jubilado ganó en un sorteo una lujosa casa en la costa de Cornualles (Inglaterra) valorada en 4 millones de dólares. Jon Dexter, de 66 años, gastó solo 25 euros en el boleto y ahora es propietario de una propiedad de cuatro habitaciones con vistas a la bahía de Porthcothan. Al ver tanta belleza, afirmó que no necesita televisión y ya tiene un lugar ideal para pasar la próxima Navidad.



EN MODO VACILÓN

Diversión para toda la familia

Nro. 339

"Capitán América: El primer vengador" Sopa de letras

E	O	L	A	T	N	E	M	A	D	N	U	F	A	Z	E	I	P	R
Y	B	R	I	K	K	C	A	J	Y	N	O	M	I	S	E	O	J	O
E	A	D	I	D	E	M	A	O	H	C	E	H	E	O	R	E	H	D
T	R	E	F	L	E	J	A	B	A	E	S	P	E	R	A	N	Z	A
N	A	R	R	E	U	G	E	D	S	A	I	R	O	T	S	I	H	G
E	U	L	P	O	R	S	U	S	C	R	E	A	D	O	R	E	S	N
M	U	A	O	S	E	C	O	N	V	I	E	R	T	E	E	N	U	E
A	E	R	A	I	C	I	T	S	U	J	Y	E	N	S	O	Y	P	V
D	E	L	S	U	P	E	R	S	A	D	A	M	E	R	I	C	E	R
A	E	A	S	R	D	E	S	N	A	P	L	E	U	Q	A	A	R	E
M	D	N	S	R	E	G	O	R	E	V	E	T	S	S	N	A	H	M
E	O	R	E	F	R	I	J	A	B	A	R	T	A	R	A	P	E	I
R	N	D	C	A	P	I	T	A	N	A	M	E	R	I	C	A	R	R
T	O	U	A	S	R	O	T	S	I	H	A	R	A	L	U	P	O	P
X	C	D	E	L	U	N	I	V	E	R	S	O	M	A	R	V	E	L
E	I	Y	O	D	O	D	A	D	L	O	S	R	E	P	U	S	L	E

Mente Ágil por Mario Arrasco Lazo

- CAPITÁN AMÉRICA
- EL SÚPER SOLDADO
- PIEZA FUNDAMENTAL
- DEL UNIVERSO MARVEL
- HÉROE HECHO A MEDIDA
- POR SUS CREADORES
- JOE SIMON Y JACK KIRBY
- ÍCONO DE EE.UU.
- STEVE ROGERS
- SE CONVIERTE EN
- SUPERHÉROE
- REFLEJABA ESPERANZA
- Y JUSTICIA
- EXTREMADAMENTE
- POPULAR
- HISTORIAS DE GUERRA
- Y ESPIONAJE
- EL PRIMER VENGADOR

"Pon tu corazón, tu mente y tu alma incluso en los actos más pequeños. Ese es el secreto del éxito".

CRUZADITAS

QUITE
SABE
RESTAS
MITO

3 LETRAS
AHÍ - OYE
RED - RON
4 LETRAS
BAJE - CAEN
IDEO - IZAR
MITO - RAYE
SABE
5 LETRAS
COMER
EBRIO
ESTOY
LARGO
LINDE - QUITE
VIAJE
6 LETRAS
CRIADA - CRUCES
ELEVEN - INSITU
LOQUEA - RESTAS
7 LETRAS
CÁTEDRA
EVOCA
SISTEMA
8 LETRAS
ARRANCAR

MENTE FIRME

"Hoy, buenas cosas llegan para quienes creen; cosas mejores para quienes son pacientes, pero las mejores cosas llegan para quienes nunca se rinden".

PONT

RECORRIDO

15				11	
	1	2			9
	18	3		7	
20			29		
	26		42		32
		38		40	
23				35	

*Complete la **cuadrícula** de manera que los **números** del **1 al 42** se conecten en forma **horizontal, vertical o diagonal.***

LABERINTO

ENTRADA

DESAFÍO

Respetando las dos letras que se indican, complete las definiciones.

DEFINICIONES:

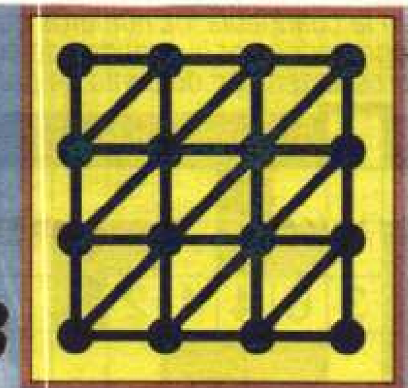
1.- Suelto, libre, solterón.
2.- Conducto de la boca al estómago.
3.- Inexpertos, novatos.
4.- Mesa de adorno pegada a la pared.
5.- Pequeños, rechonchos.
6.- Pulposo, gordo, grueso.

1	S	O	L	T
2		S	O	F
3	B		S	C
4	C		N	S
5	P		T	
6	C		R	

E PILAS

Una los puntos de la figura A para que quede igual a la figura B.
Regla: Sin repasar ni levantar la mano.

A



B





Observe y deduzca... ¿Cuántos cuadrados, triángulos y círculos puede contar en esta figura?

SALIDA

PODER NINJA
El secreto no está en vencer, sino en sobrevivir sin ser vencido.

SOMBREAR

...los espacios con puntos.



OJO DE LINCE

Sopita de números. **¡Encuéntrelos!**

9	4	8	5	5	4	1	6	6	4
8	8	8	2	6	7	6	5	8	6
4	5	9	9	8	8	0	5	7	8
2	9	2	7	7	7	8	7	7	7
6	4	5	3	3	6	3	4	2	7
4	6	4	2	0	7	5	7	9	4
7	1	9	0	9	5	4	5	9	8
7	0	7	2	1	6	4	7	6	7
2	6	5	2	2	7	3	8	5	9
2	3	7	4	6	2	4	8	4	9

164958	466145	892594
237056	529737	765569
426472	687748	948865

CRUCINÚMEROS

Ubique en la cuadrícula los números que se dan agrupados por la cantidad de cifras. Los impresos servirán de punto de partida.

3 CIFRAS
011 - 112 - 223
303 - 313 - 777
844 - 999

4 CIFRAS
1821 - 2555 - 3467
3561 - 3991 - 5103
6839 - 8116

5 CIFRAS
18436 - 19508
22133 - 29516
30606 - 33486
36442 - 43466
53349 - 56798
62468 - 67461

7 CIFRAS
1072687
1166789
1365899
1376969
5451395
7373560
8341368
8666333
8938467
9483271
9636422
9960342

3561
36442
4346
9636422
3991

RELÁJATE

Coloque en las **casillas vacías** los **números 3, 6,12, 15, 18, 21, 24 y 27,** de manera que **la suma** en **todas las direcciones** sea **igual a 45.**



TRABALENGUA

La magia de Margarita maravillaba a marineros, mientras más miraban, más magia veían.

¡PILAS CON EL SUDOKU!
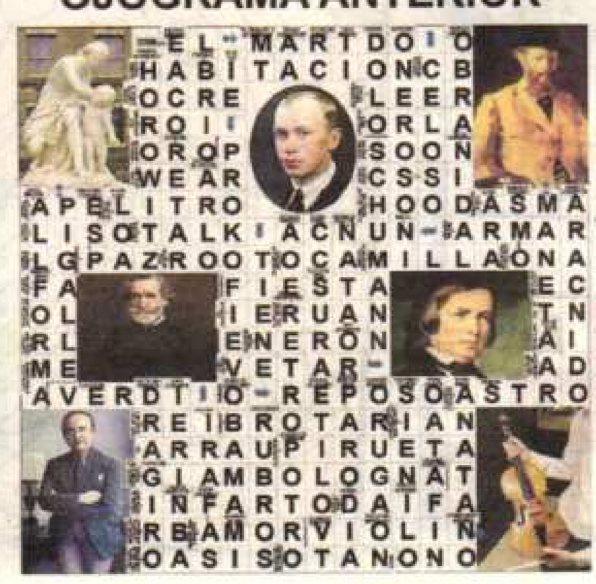
Nº 518

		1	6		5	7		
	5			1			8	
4		6	8		7	5		1
3		5		8	9	2		6
	4		2		1		3	
8		2	3	7		4		5
1		4	5		3	8		2
	6			2			4	
		8	7		4	1		

Nº 519

	9	4		3		6	5	
6			8		1			2
8		2		9		1		7
	8		6	7			2	
4		7	5		9	3		1
	3			8	4		7	
3		6		1		7		5
7			3		2			9
	4	8		6		2	1	

OJOGRAMA ANTERIOR





Manuel Barreto sería una opción para que dirija en los amistosos

GOLEADA LE COSTARÁ EL CARGO A IBÁÑEZ

AGUSTÍN LOZANO LE HABÍA PEDIDO QUE SE QUEDE HASTA DICIEMBRE, PERO TÉCNICO YA NO ESTARÍA PARA LOS PARTIDOS DE LA BICOLOR DE OCTUBRE Y NOVIEMBRE

Le bajaron el dedo. Caer goleado en Montevideo y mostrar una pobre imagen le costaría el puesto a Óscar Ibáñez. El seleccionador tenía el ofrecimiento de la federación para seguir al frente de la Blanquirroja en los partidos amistosos de octubre y noviembre, pero su situación tuvo un giro de 180°.

Entre otras muchas cosas, al DT se le cuestiona haber planteado mal el partido y fallar en la elección del once que saltó al campo de juego del Centenario.

"Tengo el ofrecimiento de Agustín Lozano para dirigir a la selección hasta diciembre", expresó el técnico días previos a la debacle ante los charrúas.

En la Videna valoraban mucho la identificación de los seleccionados con el exportero y por eso consideraban que era el indicado para continuar en el cargo. Incluso, en algún momento se pensó que podía tener alguna posibilidad de ser el guía que buscaría la clasificación al mundial del 2030.

El anuncio oficial se daría post partido ante Paraguay el martes, pero allegados al cuerpo técnico comentaron que el presidente Lozano ya le habría comunicado al propio estratega que el compromiso pactado quedaba sin efecto.

Jean Ferrari, director deportivo de la FPF y nuevo brazo derecho del mandamás de San Luis, fue cauto cuando le preguntaron sobre la situación de Ibáñez, aunque tampoco lo confirmó en el puesto.

"Sobre el nuevo entrenador hablaremos al final del proceso que termina luego del encuentro con los paraguayos", precisó el directivo.

BARRETO ENTRA EN ESCENA. Ante la inminente salida del técnico, en la federación se pusieron manos a la obra en la búsqueda de un reemplazante para que dirija a la Bicolor en los amistosos de octubre y noviembre.

Para enfrentar a Chile primero en Concepción y luego en Rusia, no hay muchas opciones ya que pocos entrenadores quieren asumir el cargo para solo unos compromisos.

Ante este panorama, Ferrari habría sugerido a Lozano el nombre de Manuel Barreto que es el jefe de la Unidad Técnica de Menores de las selecciones. El exfutbolista ya asumió interinamente la dirección de Universitario cuando Fabián Bustos se fue a Paraguay y la apuesta surtió efecto porque los cremas ganaron de visita al Barcelona de Guayaquil.

En lo futbolístico, el plantel entrenó ayer en la Videna y hoy el cuerpo técnico debe probar el once que cerrará su participación en las Clasificatorias ante los guaraníes.



FIRMADOS

"Yo estaba en óptimas condiciones, pero son decisiones del entrenador, que toma lo que considera mejor para el grupo"

CARLOS ZAMBRANO
Defensa de Perú

"No podemos estar tranquilos por la sanción de Conmebol de jugar siete partidos sin público en condición de locales"

MICHAEL CLARK
Presidente de la U. de Chile

"Ha habido genios que han marcado la pauta del fútbol mundial y Diego es, obviamente, uno de ellos, como Pelé o Messi"

ENZO FRANCESCOLI
Ex jugador de Uruguay

"Ha sido mi último partido oficial en Argentina. Disfruté al máximo este show. Feliz porque quería terminarlo así"

NICOLÁS OTAMENDI
Defensa de Argentina



▪ "La Pulga" afirma que jugará solo si se siente bien físicamente, no exigirá a su cuerpo.

EL GENIO TIENE DUDAS

Messi no llegaría a la Copa

REDACCIÓN OJO
redaccion@prensmart.pe

Se encendieron las alarmas. La fiesta grande que vivieron los hinchas argentinos en el Estadio Monumental, con la goleada a Venezuela, se vio opacada con el anuncio de Lionel Messi. El crack, que se despidió de la selección en Eliminatorias con un doblete, no aseguró su presencia en el próximo mundial.

El diez, que es goleador de las Eliminatorias con ocho tantos, agradeció el cariño que bajó en forma de ovación desde las cuatro tribunas del campo de River Plate y dejó una gran duda.

"No creo que juegue otro Mundial, lo más lógico es que no llegue, pero aquí estamos, estoy esperanzado y con ganas. Pero es día a día, partido a partido", empezó el rosarino.

El ganador de ocho balones de oro reconoció que estará en el torneo a desarrollarse en Estados Unidos, Canadá y México solo si se siente bien.

"Este año tuvimos muchos partidos, muchas secuencias de juegos, por suerte pude jugar tres seguidos. Está claro que era el último con puntos en juego aquí, pero día a día intento sentirme bien y, sobre todo, ser sincero conmigo mismo. Si me siento bien, disfruto. Si me siento mal, prefiero no estar", sentenció el genio que no jugará el martes ante Ecuador.

ojo al dato

La Comisión de Justicia de la Federación Peruana de Fútbol suspendió a Néstor Gorosito (6), Rodrigo Ureña (6), Renzo Garcés (4) y Carlos Zambrano (2) por los incidentes ocurridos en el último clásico.



POR REPECHAJE

"VINOTINTO" TIENE CONFIANZA

Maturín.- Pese a la derrota 3-0 ante Argentina, Venezuela tiene confianza en acabar las Eliminatorias en zona de repechaje y para ello deberá vencer a Colombia el martes como local y así no depender de lo que haga Bolivia (8°) que está un punto debajo en la tabla. "El martes tenemos una final con nuestra gente, queremos darle una alegría al pueblo venezolano. Tenemos una posibilidad hermosa de poder llegar", declaró el técnico Fernando Batista.

LA COLUMNA DE

EL OJÓN



por: el calidoso

FUIMOS UN DESASTRE ANTE URUGUAY QUE SE PASEÓ CON LA BLANQUIRROJA

Hola, holaa, holaaa, holaaaaa, mi gente, hoy no vengo embalado, vengo decepcionado con la selección. Es cierto que hace rato habíamos quedado fuera del Mundial; sin embargo, en el último partido que nos quedaba para "agarramos" de las matemáticas fuimos un desastre. Óscar Ibáñez se equivocó en el planteamiento, en la elección del once y los jugadores tampoco estuvieron a la altura. Uruguay se paseó en el Centenario y pudo meternos una goleada escandalosa si no quita el pie del acelerador. **¡CHEEEEESSSSSS!**



Este nuevo fracaso se veía venir hace tiempo, afrontamos las Eliminatorias con tres técnicos que no tienen nada en común. Lo único que se buscaba sacando a los entrenadores es que las críticas no lleguen a la cabeza de la Federación que muchísimo tiene que ver en esta debacle. Increíblemente Agustín Lozano acaba de ser reelegido casi por aclamación por todos los estamentos del fútbol, estamos últimos en todas las categorías y lo premian con la continuidad. **¡OJITO, OJITO!**

Hay mucho por hacer en nuestra "pelotita", una de ellas es apostar más por los jugadores jóvenes y olvidarnos de extranjeros veteranos que solo vienen a terminar su carrera, llenarse los bolsillos y tapan la aparición de muchachos con proyección. Nadie entiende ¿qué le vio Universitario a Diego Churín? El argentino es una rémora y aporta poco o nada a los cremas en ataque. Nicolás Rengifo, de solo 18 años, está esperando una oportunidad hace rato, pero parece que Jorge Fossati no le gusta apostar por la cantera. **¡HUUUMMMM!**

Otro de los grandes males de nuestro fútbol es que apostamos por entrenadores extranjeros que, salvo algunas excepciones, aportan poco. Es increíble que, de los 18 técnicos del torneo, solo cuatro son peruanos. Muchos vienen a empezar su carrera en el medio e incluso algunos llegan como asistentes y luego aparecen como DT en un cuadro de primera. Es increíble que Roberto Mosquera tenga que dirigir a un equipo que pelea por no descender y estrategas que no tienen ni licencia tengan equipo. Bueno, mi gente, esto es todo por hoy, mañana volvemos con más y mejor información. **¡CHAAAAAAUUUUUU!**

SELECCIÓN "LUSA" VISITA A ARMENIA EN ELIMINATORIAS

Cristiano inicia camino al Mundial



Ronaldo acumula 47 partidos con su selección.

REDACCIÓN OJO
redaccion@prensmart.pe

Ereván.- El primer paso. Con 40 años, Cristiano Ronaldo arranca hoy lo que puede ser la disputa del sexto Mundial en su carrera cuando la selección portuguesa visite a Armenia en la primera fecha del grupo F de la competencia (11:30 a.m./ ESPN). Lo más cercano que "CR7" estuvo de levantar la Copa del Mundo fueron las semifinales de 2006 ante Alemania (3-1).

Los aficionados, ansiosos por ver al legendario delantero, se alinearon en el aeropuerto y le dieron una calurosa y alegre bienvenida con vítores en toda Armenia. Algunos intentaron romper la seguridad para tomarse una foto con él, pero la seguridad lo impidió. Incluso, el mismo delantero empujó a un fan que se acercó para sacarse un "selfie".

Portugal vuelve a enfrentarse con Armenia luego de 10 años y tiene balance positivo contra esta selección, ya que de 6 cruces ganó 4 y empató 2. La última vez que jugaron por eliminatorias europeas, en 2015, "CR7" les hizo triplete de visita. Por Eliminatorias europeas, Cristiano acumula 47 partidos, 36 goles y 14 asistencias.

De otro lado, también será el turno de la selección de Inglaterra que se medirá en Birmingham contra Andorra (11:00 a.m. /Disney+). Los ingleses comandan la serie con 9 puntos de 9 disputados, en tanto que su rival es colero sin puntos y fue vencido en los 4 encuentros que disputó. El local recibió críticas después de una derrota amistosa por 3-1 ante Senegal el pasado 10 de junio.

ojo al dato

Independiente pidió que Conmebol elimine toda la referencia al club tras el fallo que lo eliminó de la Copa Sudamericana.



GANÓ EN US OPEN

ALCARAZ SACÓ LA FURIA CON "NOLE"

Nueva York.- Arriba la juventud. Carlos Alcaraz tiró a la dura superficie del US Open toda su calidad y arrasó a Novak Djokovic en semifinales por 6-4, 7-6(4) y 6-2 en dos horas y 23 minutos. El español de 22 años ha ganado todos los sets que ha disputado en el certamen y buscará su sexta corona de Grand y segunda en Nueva York. "No fue el mejor nivel mío del torneo, creo, pero me mantuve, jugué un partido físico y estoy feliz por haberlo sacado y estar de nuevo en la final", resumió el español que logró su cuarto festejo ante el serbio de 38 años.

CAJAMARCA

AGARRAN A LATIGAZOS A FUNCIONARIO DE CORPAC

JAÉN. Un grupo de ronderos ingresó al aeropuerto de Jaén y agredió con latigazos al gerente de Administración y Finanzas de Corpac, en protesta por los constantes retrasos en la construcción de la pista de aterrizaje. La obra debía culminar en enero y acumula más de dos años de postergaciones. Los manifestantes advirtieron que, de no reanudarse los trabajos, tomarán nuevas medidas de presión.

LIMA

ACCIDENTE EN PASAMAYO FUE A CAUSA DE LA NEBLINA

Choque múltiple dejó 10 heridos

REDACCIÓN OJO
redaccion@prensmart.pe

Un accidente de tránsito de grandes proporciones involucró a catorce vehículos y dejó 10 heridos en la variante del Serpentín de Pasamayo la mañana de ayer. La intensa neblina en este tramo de la carretera Panamericana Norte redujo la visibilidad a casi cero y desencadenó una colisión en cadena.

AFECTADOS. El choque comprometió a tres ómnibus interprovinciales, entre ellos uno perteneciente a la empresa Cavassa, además de varias furgonetas, camiones y autos particulares. Se movilizaron 3 ambulancias y 13 trabajadores de salud para atender a los afectados, informo el Minsa.

El tránsito permaneció suspendido en ambos sentidos mientras se realizaban los trabajos de atención a la emergencia.

ojo al dato

Cuatro heridos fueron enviados al hospital de Huaral "con diversas policontusiones", informó el Minsa en un comunicado.



La visibilidad en la carretera estaba reducida a casi cero.



Estas malas lenguas llegan cargadas de harto "chimi, chimi"... **ANDREA ARANA** dijo que el regalo más caro que le hizo su novio fue pagarle la inicial de su departamento. Que lo clonen... **VALERIA PIAZZA** se quedó en pómulos cuando supo que **PAMELA LÓPEZ** está solicitando una pensión alimenticia de 64 mil nuevos soles a **CHRISTIAN CUEVA** para sus tres hijos. Ajá... **MICHEILLE SOIFER** contó que así como **MAYRA GOÑI** le obsequió a **NEUTRO** unas zapatillas de cinco mil soles, ella alguna vez le regaló a un ex una moto. Asuuu... **GUSTAVO SALCEDO** dijo a las cámaras de "Amor y Fuego" que nunca hablará mal de **MAJU MANTILLA**, la madre de sus hijos. Ayayay... **MILUSKA ESKENAZI** publicó en su redes sociales que terminó su relación amorosa por una traición. Fuerza... Nos vamos, volvemos mañana.



"LOS DIOSES DEL TEATRO". César Ritter y Gonzalo Torres comentaron que tienen una relación de padre e hijo, y todas las experiencias que han compartido las plasman en "Los Dioses del teatro", obra que se exhibe en la sala Mario Vargas Llosa de San Borja.



Tony asustado por atentado a su local

DELINCUENTES DISPARARON DIEZ BALAZOS AL "PALACIO DEL RITMO" EN PIURA

ojo al dato

"El Ruiseñor de la Cumbia" estaba en Lima cuando se dio el atentado y quedó muy consternado al enterarse.

REDACCIÓN OJO

El cantante Tony Rosado comentó que se encuentra asustado tras el atentado que sufrió el "Palacio del ritmo", su local en Piura, donde los delincuentes dispararon cerca de diez balas la noche del jueves último.

"No tengo temor, pero sí me encuentro asustado con esta situación. Gracias a Dios nadie ha resultado herido, solo han disparado a la puerta de mi local y mis hijos estaban adentro", comentó el "Ruiseñor de la cumbia".

Tony Rosado aseguró que no ha recibido ningún tipo de amenaza ni extorsión en los últimos días, pero cree que los responsables del ataque serían unos delincuentes que hace poco asaltaron a una chica fuera de su local.

"Hace unos tres días, una joven llegó a lavar su moto a mi carwash (ubicado al costado de su local), pero cuando salió la asaltaron en la siguiente calle y se llevaron todo, sus cadenas, sus pulseras, todo. Ella ha ido con la Policía y creo que han identificado a los asaltantes. Yo creo que (el ataque) ha sido en represalia porque nosotros hemos brindado los videos. Es la única manera porque no tengo amenazas. De cólera y en venganza han venido a disparar", señaló el cantante.

Por otro lado, espera que la presidenta Dina Boluarte envíe a los militares a las calles para poner orden ante la ola de delincuencia.

"Necesitamos que tome medidas drásticas y poder vivir tranquilos, o quiere esperar que maten a Tony Rosado u otro cantante más", agregó.



▪Local en Piura.



▪Conductora estuvo en España.

Y CELEBRARÁ EL SEXTO ANIVERSARIO DEL MAGACÍN

Ethel volvió a "América Hoy"

La conductora Ethel Pozo regresó ayer a "América Hoy" y señaló que se encuentra feliz de volver al magacín; tras haber tomado unos días de vacaciones para viajar a España junto a su hija mayor, quien iniciará sus estudios universitarios.

"Aquí estoy, muy buenos días a todo el Perú, es un lindo día porque estamos en 'América Hoy'. Estoy feliz de estar aquí... me fui a instalar a mi hija (a España), pero ya estoy aquí", señaló.

Luego, comentó que en unos días el programa matutino cumplirá 6 años al aire.

"Siempre es maravilloso estar con ustedes en el programa y feliz porque vamos a cumplir seis años siendo líderes", indicó.

PARA CONOCER SU FUTURO

Valeria jugó a la ouija

Valeria Piazza comentó que siendo niña recibió de regalo una ouija por parte de la madre de una compañera del colegio y le dijo que ahí podía conocer su futuro.

"Me lo regalaron en mi cumpleaños y ese mismo día me puse a jugar con mis amigas en una pijamada. Mi mamá lo vio y me lo quitó", señaló la conductora.



Clara raya con el pan con chicharrón en España

EN SU RESTAURANTE "AWKI" DONDE EUROPEOS Y CANTANTE RENÉ, "EL RESIDENTE", LO CONSUMEN

ERIC CASTILLO

La actriz Clara Seminara, quien radica hace algunos años en Madrid y abrió su restaurante "Awki", comentó que existe una fiebre por el pan con chicharrón debido al comentado "Mundial de desayunos" que se realiza en las redes sociales.

"Desde que nos enteramos que se estaba haciendo esto del 'Mundial de desayunos' nos pusimos las pilas y sumamos a nuestra carta el pan con chicharrón. La gente comenzó a preguntar y a todos, sin excepción, les ha gustado y solo tienen halagos para nuestra comida. Así que espero que lleguemos a la final", enfatizó Clara Seminara.

Además, señaló que los españoles y muchos extranjeros son los que más consumen el pan con chicharrón.

"Tenemos un gran público español que nos visita siempre en el restaurante y, claro, de muchos peruanos que siempre llegan para seguir deleitándose con nuestra gastronomía. Y también he recibido a muchos famosos, siendo René, 'El residente', un comensal habitual y al que le encanta el pisco", agregó.

ojo al dato

Seminara radica hace algunos años en España, donde también planea abrirse paso en el mundo de la actuación.




Por otro lado, la actriz cómica señaló que actualmente se encuentra enfocada en su restaurante y espera seguir abriéndose camino en la actuación en España.

"Por ahora estoy dedicada al negocio, pero sigo teniendo un mánager y realizando diversos casting para alguna producción. No le he cerrado las puertas a la actuación, solo hay que tener un poco de paciencia para que aparezca una oportunidad", indicó.



POR ESCÁNDALOS QUE LAS BENEFICIA

Cuéllar vacila a Leslie y Marisol

Lucho Cuéllar lamentó que "La Faraona" Marisol Ramírez y Leslie Shaw se encuentren enfrentadas, pero cree que ese tipo de escándalos ayuda a que el artista pueda tener pantalla. "Lastimosamente esto funciona así, si no estás en escándalos no te invitan a los programas, por eso ves que una habla y luego responden. Aunque no lo creas, eso las ayuda a estar en el ojo de todos", dijo (J. L.).



MAGALY MORO
magalymoro@prensmart.pe




Me pide antojos en la madrugada

Gustavo (34 años, Breña). Doctora Magaly, estoy desesperado y necesito su consejo para evitar un conflicto mayor con mi esposa Denisse, quien está embarazada.

Vamos a ser papás primerizos y me siento muy feliz por eso, ya que hemos intentado tener un bebé durante mucho tiempo. Yo sabía que no sería nada fácil lidiar con una gestante, pues está atravesando muchos cambios físicos y emocionales.

Por eso, desde que nos enteramos de la noticia, he tratado de complacer a Denisse en todo lo que me ha pedido, siempre con mucho amor. Sin embargo, en este tercer mes ha estado siendo muy exigente con sus antojos.

Yo he venido cumpliéndolos todos, pero siento que mi cuerpo ya no da más, porque la mayoría de veces me los pide en plena madrugada. Si tengo los ingredientes, me levanto y se los preparo; y si me falta algo, salgo a buscar algún lugar donde atiendan a esas horas.

El problema, doctora, es que ya llevo varios días desvelándome por sus antojos y eso me está pasando factura en el trabajo. A veces me gana el sueño y no rindo como debería.

Además, no dormir bien me genera irritación, así que la última vez que me pidió un antojo a las 3 de la mañana me negué y le prometí que se lo haría a primera hora del día.

Por la mañana no me habló, se molestó y me dijo que ya no quería nada. No le contesté porque no quiero iniciar una pelea, considerando su estado, pero la verdad es que estoy cansado, doctora. ¿Qué debo hacer? ¿Cómo hago para que me entienda y no se moleste?



Querido Gustavo, felicitaciones a ambos por el bebé que viene en camino. Definitivamente, como bien lo señalas, durante el embarazo la mujer pasa por cambios físicos y emocionales que requieren mucha paciencia. Lo ideal es que puedas cumplirle todos sus antojos, pero si te estás sintiendo así, lo mejor sería que converses con Denisse y no le ocultes cómo te encuentras.

CONSEJO SENTIMENTAL

BENEFICIOS DEL BAILE PARA LOS DOS

Bailar en pareja puede ser el camino indicado para mejorar la salud física y mental de ambos, dado que reduce el estrés y da flexibilidad. Además, fortalece la relación de pareja al requerir mayor comunicación.

¿QUÉ NO HACER DURANTE UNA PELEA?

Ser impulsivo no es conveniente cuando está peleando con su pareja. Por eso, nunca tome una decisión importante en medio de una discusión y no trate de hallar culpables, sino visualice cómo evitar que vuelva a pasar.

INVOLÚCRESE EN EL EMBARAZO DE SU PAREJA

Si su esposa está embaraza sea paciente y cariñoso, escuche sus necesidades y comparta sus sentimientos. Además, tenga una participación activa acompañándola en citas médicas o informándose sobre qué pasa con ella cada mes.

EL HORÓSCOPO

POR AMATISTA
996288415



ARIES 21 DE MARZO | 20 DE ABRIL
Cambios en el ambiente laboral a los que se deberá adaptar sin mayores preocupaciones. En el amor, mucha pasión con la pareja.



TAURO 21 DE ABRIL | 20 DE MAYO
Si la rutina hace mella en su relación de pareja, es momento de crear alguna actividad extra que los ayude a sentirse bien uno con el otro.



GÉMINIS 21 DE MAYO | 20 DE JUNIO
Se sentirá especialmente romántico y se lo hará saber a la pareja. Esto mejorará notablemente su relación y le dará un nuevo aire. Suerte.



CÁNCER 21 DE JUNIO | 20 DE JULIO
Hay momentos en que se cierra en determinado criterio en lo laboral y termina aislado. Ser un poco más flexible generará oportunidades.



LEO 21 DE JULIO | 21 DE AGOSTO
Jornada buena para planificar una noche especial al lado de la persona amada. Conviene hacer una pausa en el trabajo. La necesita. Suerte.



VIRGO 22 DE AGOSTO | 20 DE SEPTIEMBRE
Si no está seguro de algo en el trabajo, es mejor no aventurarse a tomar decisiones solo por salir del paso. Relájese y piénselo bien.



LIBRA 21 DE SEPTIEMBRE | 22 DE OCTUBRE
Preste atención a las oportunidades que se presentan en lo referido al trabajo y la profesión. Si pasan, no le será fácil recuperarlas. Está advertido.



ESCORPIO 23 DE OCTUBRE | 22 DE NOVIEMBRE
Mucho cuidado con los gastos inesperados e innecesarios. Es un dinero que puede hacerle falta en cualquier momento. Calma.



SAGITARIO 23 DE NOVIEMBRE | 20 DE DICIEMBRE
Trate de actualizar sus conocimientos profesionales. Esto le ayudará a tener mucha más confianza en sí mismo y lograr sus objetivos. Adelante.



CAPRICORNIO 21 DE DICIEMBRE | 19 DE ENERO
Mucho cuidado con los cambios de clima tan repentinos que se producen en estos días. Tome sus precauciones y conserve la buena salud.



ACUARIO 20 DE ENERO | 18 DE FEBRERO
No es un buen momento para andar provocando a la pareja con indirectas o comentarios fuera de lugar. No saldrá bien parado de ello.



PISCIS 19 DE FEBRERO | 20 DE MARZO
En el mundo laboral, la presión de los superiores puede hacerle perder estabilidad y llenar su mente de confusiones. Establezca prioridades.

ojo GRAMA

REFRÁN: DONDE MANDA CAPITÁN, NO MANDA MARINERO.

Significado: En una situación jerárquica, la autoridad máxima tiene la última palabra y sus decisiones no pueden ser contradichas.

MÚSICA

cataujo@hotmail.com / Nº 6735

REFRÁN

ANTONIMO: DESPERTAR · CABEZA (FAMILIAR) · PROVINCIA DE CAJAMARCA · CUNA DE EINSTEIN · PIEDRA PRECIOSA · LARRAR · SANTA PATRONA LIMEÑA · SABLE TORDO · IMPAR · AVIZORAR · OBRERO · PERIZORIO · PARENTO PICANTE · ENCAN-CELAR · EXPRESIÓN DE BRINDIS · GRUPO MUSICAL SUECO · PRENDA DE VESTIR HOLGADA · TODO (INGLÉS) · ALUMINIO · SORO · VACA (INGLÉS) · ABORIGEN FUEGUINO · "LUNA SILVESTRE" · DEREK (ACTRIZ U.S.A.) · MOLIBDENO · GORE · BURTON DUNCAN · "ÓPERA DE VERDI" · CUNA DE ZENÓN · CHI (ARTE MARCIAL CHINO) · ÁREA · CONTRARIO A SO · ANTIGUA MONEDA CHINA · AMERICIO · AZUFRE · MORADO CLARO · PREFIJO: DIEZ · RÍO DE GALICIA · NACIÓN · PRODUCTO COSMÉTICO · GÉNERO MUSICAL · HORAS VESPERTINAS · ITERBIO · LAGO · PROTECTIVO · NEWTON


Por: Sara Abu Sabbah

COMER *para* VIVIR

Nutricionista - Dietista CNP 3526
Magíster en Ciencias Básicas Médicas con Mención en Bioquímica

INCLUIR 2 O 3 RACIONES DIARIAS DE LÁCTEOS

➔ Según organismos como la FAO y la OMS, una ración de lácteo equivale, de forma aproximada, a un vaso de leche de 200 a 250 mL, un yogur de 200 g o 30 g de queso maduro. La recomendación general para adultos sanos es de 2 a 3 raciones al día, ya que los lácteos son una fuente importante de calcio, proteínas de alta calidad, fósforo y vitaminas como la B12.

➔ No se limitan únicamente a la leche, ya que el yogur y el queso también cuentan. La leche no es obligatoria si estos nutrientes se obtienen de otras fuentes, aunque su consumo facilita cubrir los requerimientos diarios. Además, no existe un tiempo máximo para consumir lácteos, pues pueden incluirse de forma habitual a lo largo de la vida, adaptando el tipo y la cantidad a las necesidades y al estado de salud.

➔ Quienes tienen intolerancia a la lactosa pueden optar por leche deslactosada, pero si se tiene alergia a la leche, es necesario evitar todo tipo de lácteo.

Conoce más en:
saraabusabbah.com
Whatsapp: 941-273-375